Расписание для дистанционного обучения СП «ДЮСШ» ГБОУ СОШ «Центр образования» пос. Варламово в 2021-2022 учебном году.

16.02.2022 г.

Наименование объединения	ФИО педагога	Обучающиеся ОУ	Год обучения/г	Время	Тема занятия	Pecypc	Комментарий	
оорединения			руппа					
БАСКЕТБОЛ	Вочимова Ольга Юрьевна 14 ч.	Ольга Юрьевна Ме 14 ч. спо ун	ГБОУ СОШ п.г.т. Междуреченск, спортивный зал, универсальная площадка	Группа 1 (1)	16.00-16.45 16.55-17.17 (1,5 ч.)	Упражнения для развития меткости	ZOOM-конференция В случае отсутствия подключения, пройдите по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=alGBuKrcXaA	Пройдите по данной ссылке, посмотрите видеоматериал. Повторить комплекс упражнений.
		ГБОУ СОШ п.г.т. Междуреченск, спортивный зал, универсальная площадка	Группа 2 (1)	17.30-18.15 18.25-18.47 (1,5 ч.)	Упражнения для развития общей выносливости	ZOOM-конференция В случае отсутствия подключения, пройдите по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=whYhBbyIdCc	Пройдите по данной ссылке, посмотрите видеоматериал. Повторить комплекс упражнений.	
	Дмитриев Андрей Александро	ГБОУ ООШ с.Заборовка, спортивный зал						
	вич 7 ч.		Группа 2 (1)	16.00-16.45 16.55-17.17 (1,5 ч)	Упражнения для развития	ZOOM-конференция В случае отсутствия	Пройдите по данной ссылке, посмотрите	

					прыгучести	подключения, пройдите по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=7fql2uZsqVI	видеоматериал. Повторить комплекс упражнений.
	Пуговкин Эдуард Владимиров ич 3,5 ч.	ГБОУ СОШ с.Троицкое, спортивный зал, спортивная площадка	Группа 2 (1)	18.00-18.45 18.55-19.17 (1,5 ч.)	Упражнения с мячами в парах	ZOOM-конференция В случае отсутствия подключения, пройдите по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=Zp8-5uakb2k	Пройдите по данной ссылке, посмотрите видеоматериал Повторить комплекс упражнений.
волейбол	Корнишин Максим Сергеевич 7 ч.	ГБОУ ООШ пос. Сборный, спортивный зал	Группа 2 (1)	17.40-18.25 18.35-19.20 (2 ч)	Нижняя прямая подача	ZOOM-конференция В случае отсутствия подключения, пройдите по ссылке: https://www.youtube.com /watch?v=RiG4HsT8WC Q	Пройдите по данной ссылке, посмотрите видеоматериал. Повторить комплекс упражнений
	Миронова Ольга Ильинична	ГБОУ ООШ с. Старая Рачейка, спортивный зал	Группа 1 (1)	15.00-15.45 (1 ч.)	Техника передвижения и	ZOOM-конференция В случае отсутствия	Пройдите по данной ссылке, посмотрите

	3 ч.				стоек	подключения, пройдите по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=wM8uyKq2efg	видеоматериал. Повторить комплекс упражнений.
	Пуговкин Эдуард Владимиров ич 3,5 ч.	ГБОУ СОШ с.Троицкое, спортивный зал	Группа 1 (1)	16.00-16.45 16.55-17.17 (1,5 ч.)	Нижняя прямая подача	ZOOM-конференция В случае отсутствия подключения, пройдите по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=RiG4HsT8WC Q	Пройдите по данной ссылке, посмотрите видеоматериал Повторить комплекс упражнений.
ГРЕКО- РИМСКАЯ БОРЬБА	Шаряфятди нов Рафик равилович 7 ч.	СП «ДЮСШ» ГБОУ СОШ «Центр образования» им. Героя Советского Союза В.Н.Федотова пос. Варламово, спортивный зал, тренажерный зал	Группа 2 (1)	16.30-17.15 17.25-18.10 (2 ч.)	Скоростная тренировка для борцов	ZOOM-конференция В случае отсутствия подключения, пройдите по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=wKkqES0TTY 4	Пройдите по данной ссылке, посмотрите видеоматериал Повторить комплекс упражнений.

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИК	J 3	ГБОУ ООШ с.Новая Рачейка, спортивный зал	Группа 3 (1)	15.00-15.45 15.55-16.40 (2 ч.)	Интервальный бег	ZOOM-конференция В случае отсутствия подключения, пройдите по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=sZzqjY9lMsg	Пройдите по данной ссылке, посмотрите видеоматериал Повторить комплекс упражнений.
			Группа 4 (1)	16.50-17.35 17.45-18.30 (2 ч.)	Совершенствовани е техники прыжка	ZOOM-конференция В случае отсутствия подключения, пройдите по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=NRHfIOWtV8	Пройдите по данной ссылке, посмотрите видеоматериал. Повторите комплекс упражнений
	Курдюмова Татьяна Александро вна 7 ч.	ГБОУ ООШ с. Старая Рачейка, спортивный зал	Группа 1 (1)	15.55-16.40 1гр. 16.50-17.12 1гр. (1,5 ч.)	Упражнение в анаэробном режиме	ZOOM-конференция В случае отсутствия подключения, пройдите по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=NB4AAGP-41A	Пройдите по данной ссылке, посмотрите видеоматериал Повторить комплекс упражнений.

			Группа 2 (1)	17.45-18.30 18.40-19.02 (1,5 ч)	Бег в гору и под гору	ZOOM-конференция В случае отсутствия подключения, пройдите по ссылке: ttps://www.sovsport.ru/ru nning/lifestyle/989798-beg-v-goru-vse-o-glavnom-uprazhnenii-dlja-begunov	Пройдите по данной ссылке, изучите теоретический материал Повторить комплекс упражнений.
лыжные гонки	ОНКИ Татьяна филиал ГБОУ Михайловна 7 ч. образования» им Героя Советского Союза В.Н.Федотова	филиал ГБОУ СОШ «Центр образования» им. Героя Советского Союза В.Н.Федотова пос. Варламово,	Группа 1 (1)	14.30-15.15 15.25-15.47 (1,5 ч.)	Упражнения у гимнастической стенки	ZOOM-конференция В случае отсутствия подключения, пройдите по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=PcaJ11QL8EY	Пройдите по данной ссылке, посмотрите видеоматериал Повторить комплекс упражнений.
		спортивный зал	Группа 2 (1)	15.57-16.42 16.52-17.14 (1,5 ч.)	Освоение техники шаговой имитации	ZOOM-конференция В случае отсутствия подключения, пройдите по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=ECkgRNxa15	Пройдите по данной ссылке, посмотрите видеоматериал Повторить комплекс упражнений

Рябов Олег Алексеевич 17,5 ч.	ГБОУ СОШ п.г.т.Балашейка, спортивный зал, спортивная площадка	Группа 2 (1)	15.40-16.25 16.35-16.57 (1,5 ч.)	Вбрасывание мяча партнеру	ZOOM-конференция В случае отсутствия подключения, пройдите по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=lhdLgZptX28	Пройдите по данной ссылке, посмотрите видеоматериал Повторить комплекс упражнений.
		Группа 3 (1)	17.10-17.55 18.05-18.27 (1,5 ч.)	Игра «Футбол»	ZOOM-конференция В случае отсутствия подключения, пройдите по ссылке: https://football24.ru/blogs /56066-pravila-futbola- osnovnye-pravila-i- istorija-igry-v-futbol- kratko-dlja- nachinajuschih.html	Пройдите по данной ссылке, изучите теоретический материал .
Сухов Александр Владимиров ич 21 ч.	СП «ДЮСШ» ГБОУ СОШ «Центр образования» им. Героя Советского Союза В.Н.Федотова пос. Варламово,	Группа 2 (1)	12.40-13.25 13.35-13.57 (1,5 ч)	Действия при атаке соперника	ZOOM-конференция В случае отсутствия подключения, пройдите по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=efT9yyV2fRM	Пройдите по данной ссылке, посмотрите видеоматериал. Повторить комплекс упражнений.

	спортивнй зал, спортивная площадка					
		Группа 4 (1)	14.07-14.52 15.02-15.47 (2 ч.)	Вбрасывание мяча партнеру	ZOOM-конференция В случае отсутствия подключения, пройдите по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=lhdLgZptX28	Пройдите по данной ссылке, посмотрите видеоматериал. Повторить комплекс упражнений.
		Группа 5 (1)	15.57-16.42 16.52-17.37 (2 ч.)	Вбрасывание мяча партнеру	ZOOM-конференция В случае отсутствия подключения, пройдите по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=lhdLgZptX28	Пройдите по данной ссылке, посмотрите видеоматериал. Повторить комплекс упражнений.
Торхов Андрей Александро вич 21 ч.	ГБОУ СОШ с.Усинское, спортивный зал, спортивная площадка	Группа 1 (1)	16.00-16.45 16.55-17.17 (1,5 ч.)	Действия при атаке соперника	ZOOM-конференция В случае отсутствия подключения, пройдите по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=efT9yyV2fRM	Пройдите по данной ссылке, изучите теоретический материал. Повторить комплекс упражнений.

			Группа 2 (1)	17.30-18.15 18.25-18.47 (1,5 ч.)	Вбрасывание мяча партнеру	ZOOM-конференция В случае отсутствия подключения, пройдите по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=lhdLgZptX28	Пройдите по данной ссылке, изучите теоретический материал. Повторить комплекс упражнений.
	БудниковМ аксим Николаевич 14 ч.	ГБОУ СОШ п.г.т. Междуреченск, спортивный зал, универсальная площадка	Группа 2 (1)	18.40-19.25 19.35-19.57 (1,5 ч.)	Игра в одно касание	ZOOM-конференция В случае отсутствия подключения, пройдите по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=Hh9F-Y5uMXE	Пройдите по данной ссылке, посмотрите видеоматериал. Повторить комплекс упражнений.
ФУТЗАЛ			Группа 3 (1)	16.50-17.35 17.45-18.30 (2 ч.)	Метание мяча в цель	ZOOM-конференция В случае отсутствия подключения, пройдите по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=rPTo7G_3Ojo	Пройдите по данной ссылке, посмотрите видеоматериал. Повторить комплекс упражнений.